



DIÖZESE  
SANKT  
PÖLTEN

ICH BIN.  
MIT DIR

# Spirituelle Impuls der Kath. Frauenbewegung

*Hildegard von Bingen – eine mutige und inspirierende Frau*



Im Juli 2024 sind 200 Frauen aus ganz Österreich mit der kfb auf den Spuren der Hl. Hildegard von Bingen unterwegs. Viele kennen diese Heilige vor allem aus der Naturheilkunde und Kräuterkunde. Doch sie war eine sehr vielfältige, aktive, mutige und inspirierende Frau.

## **Hildegard - Gebet**

Zu dir, rufe ich, o mein Gott,  
und ich erhalte Antwort von dir.

Ich bitte,  
und deine Güte schenkt mir,  
was ich begehre.

Ich finde bei dir, was ich suche.

(Aus: Hildegard von Bingen, Pilgerbuch. Hrsg. Pfarrei Heilig Kreuz Rheingau/Abtei St. Hildegard S. 39)



Während du einen kurzen Lebenslauf liest,  
hör dir Musik von Hildegard an!  
Klicke auf die Noten!

### **Ein kurzer Lebenslauf von Hildegard von Bingen (1098-1179)**

1098 wurde sie vermutlich in Niederhosenbach bei Herrstein als 10. Kind der Adligen Mechthild und Hildebert von Bermersheim geboren. Schon als kränkliches Kind hatte sie Visionen; sie behielt diese prophetische Gabe, vor auszusehen und Gegenwärtiges im Blick auf die Zukunft richtig zu deuten, ihr Leben lang. Hildegard wurde ab ihrem achten Lebensjahr bei ihrer Verwandten Jutta von Sponheim erzogen und lebte zunächst noch mit Jutta im Kloster in Spanheim / Sponheim, dann im neuen Kloster der Benediktiner auf dem Disibodenberg an der Nahe. Auch hier war Hildegard immer wieder krank, kaum fähig zum Gehen, oft auch durch Sehbehinderungen eingeschränkt. Nach Juttas Tod wurde Hildegard deren Nachfolgerin als Priorin, entschied aber, 1147/1148 ihr eigenes Kloster über dem Grab von Rupert von Bingen zu gründen. Hildegard zog 1151 mit 18 Schwestern in dieses heute nicht mehr vorhandene Kloster auf die Rupertsberg genannte Anhöhe bei Bingen und war die Äbtissin.

Männer und Frauen aller Stände des Volkes suchten sie in ihrem Kloster auf oder baten schriftlich um ihren Rat; mit Kaiser Friedrich Barbarossa führte sie einen ausführlichen Briefwechsel.

Man nannte die wohl größte Mystikerin Deutschlands ehrfurchtsvoll Tischgenossin Gottes.

Hildegard war Künstlerin und Wissenschaftlerin, Mystikerin und Ärztin, Dichterin und politisch engagiert, dennoch von zartem und gebrechlichem Wesen und dies in einer von Männern dominierten Welt. Ihre Regeln für eine gesunde Lebensführung klammerten auch die Sexualität nicht aus, ihre Gedanken zur Rolle der Frau waren mutig und richtungsweisend. Hildegard predigte öffentlich auf vier Reisen. Kraftvoll protestiert hat Hildegard auch gegen Bischöfe und Papst.

Hildegard war auch Dramaturgin, Dichterin und Komponistin, verfasste Texte und Melodien. Musik war für Hildegard eine besondere Gabe Gottes zur Unterstützung des Heilsweges des Menschen; das Prinzip der von Gott geschaffenen Ordnung zeigt sich auch in ihren musikalischen Werken.

Das Geheimnis des Geistes Gottes ist für Hildegard in der Schöpfung erfahrbar: „Alles durchdringst Du, die Höhen, die Tiefen, jeglichen Abgrund.“

Gottes liebende Umarmung aller Kreatur erhebt die Schöpfung über das bloß Natürliche hinaus und richtet sie zugleich auf und zurecht. Wenn der Mensch seine Ichbezogenheit, sein Aufbegehren gegen Gott, beendet, erfährt er sich in freundschaftlicher Verbundenheit mit den anderen Geschöpfen, taucht die Urfreude in ihm auf: die Seligkeit, gewollt zu sein; Hildegard nennt das die fröhliche Wissenschaft: Jedes Geschöpf ist mit einem anderen verbunden, und jedes Wesen wird durch ein anders gehalten.

Der Gedanke der Einheit und Ganzheit ist auch der Schlüssel zu Hildegards natur- und heilkundlichen Schriften.

Am 17.9 1179 stirbt Hildegard in ihrem Kloster.

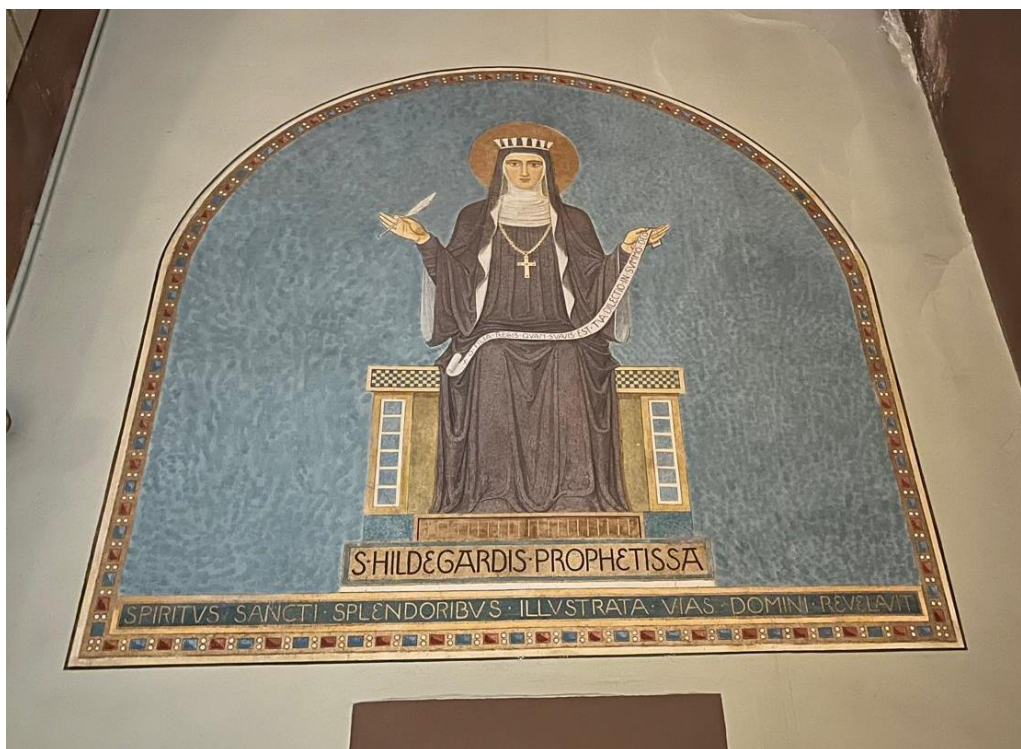
(gekürzt nach [https://www.heiligenlexikon.de//BiographienH/Hildegard\\_von\\_Bingen.html](https://www.heiligenlexikon.de//BiographienH/Hildegard_von_Bingen.html))

### **Zitate von Hildegard von Bingen**

Hildegard hat sehr viele Texte verfasst und viele Zitate sind auch überliefert. Hier findest du eine kleine Auswahl. Nimm dir jeden Tag ein anderes Zitat mit in deinen Alltag und lass dich davon begleiten!

- Dein Schöpfer hat dir den besten Schatz gegeben, einen lebendigen Schatz: deinen Verstand.
- Du hast in dir den Himmel und die Erde.
- Der Himmel auf Erden ist überall, wo ein Mensch von Liebe zu Gott, zu seinen Mitmenschen und zu sich selbst erfüllt ist.
- Der Atem ist der lebendige Hauch der Seele, weil sie ihn trägt und sein Schwingvermögen ist, und zwar jedes Mal, wenn der Mensch den Atem in sich einziehen und wieder ausströmen lässt, um so leben zu können.
- Ich strecke meine Hände zu Gott aus, dass er mich halte, so wie die Feder, frei von aller Schwere, vom Winde getragen fliegt.

- Feuer, Luft, Wasser, Erde sind im Menschen, aus ihnen besteht er. Vom Feuer hat er die Wärme, Atem von der Luft, vom Wasser Blut und von der Erde das Fleisch; in gleicher Weise auch vom Feuer die Sehkraft, von der Luft das Gehör, vom Wasser die Bewegung, von der Erde das Aufrechtgehen.



***Die Kath. Frauenbewegung wünscht  
einen erholsamen & segensreichen Sommer!***

Inhaltliche Gestaltung: Monika Liedler

Fotos: Anna Rosenberger

Kontakt: [katholischeaktion@dsp.at](mailto:katholischeaktion@dsp.at)

